

## **Синдром профессионального выгорания во взаимосвязи с коммуникативной толерантностью у педагогов дошкольных учреждений**

**Т.А. Исакова,  
С.Н. Людвик**

Профессиональная деятельность педагога дошкольного образования характеризуется значительными нагрузками на психоэмоциональную сферу личности. Большая часть его рабочего дня протекает в напряженной обстановке: постоянная концентрация внимания, повышенная ответственность за жизнь и здоровье детей, большое количество социальных контактов в течение рабочего дня, трудности во взаимодействии с администрацией, коллегами, родителями воспитанников и т.д. Данные факторы оказывают негативное влияние на эмоциональное и физическое самочувствие педагога: появляется нервозность, раздражительность, усталость, разного рода соматические недомогания. Эти и другие причины в конечном итоге могут привести к профессиональному выгоранию. Изучением данной проблемы занимались многие зарубежные и отечественные психологи: К. Маслач, С. Джексон, Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова, В.В. Бойко, Л.М. Митина, Т.В. Форманюк и другие.

Актуальность проблемы обусловлена тем, что система образования предъявляет высокие требования к профессиональной компетентности педагога, одним из показателей которой является наличие коммуникативной толерантности. Вместе с тем исследования Л.М. Митиной, О.А. Прохорова, Е.А. Панько и других показывают, что многие педагоги обладают низкой стрессоустойчивостью, недостаточной сформированностью адекватных способов эмоционального реагирования на трудности в профессиональной деятельности, обнаруживают низкий показатель степени социальной адаптации, коммуникативной компетентности.

Исходя из вышесказанного, было проведено исследование, целью которого было изучение взаимосвязи между профессиональным выгоранием и коммуникативной толерантностью у педагогов учреждений дошкольного образования № 7, № 25 г. Солигорска Минской области. В исследовании приняло участие 50 педагогов.

Анализ данных показал, что испытуемым свойственны высокие показатели профессионального выгорания по показателю «эмоциональное истощение»: 32% выборки имеют высокий и средний уровень. У данных педагогов наблюдается чувство опустошенности, усталости от общения, истощенности своих ресурсов, проблемы в общении с детьми и коллегами («Я чувствую себя совершенно вымотанной», «Я не получаю удовольствия от своей работы», «С этими детьми сегодня невозможно было работать», «Быстрее бы выходные» и др.).

Как показывают результаты исследования 18% и 38% воспитателей проявляют высокий и средний уровень деперсонализации. Данным педагогам

характерно равнодушное или даже негативное отношение к воспитанникам. Контакты с ними становятся формальными, обезличенными. Возникающие негативные установки могут по началу иметь скрытый характер, и проявляются во внутреннем сдерживании раздражения, которое со временем прорывается наружу и приводит к внутренним конфликтам («Мне все труднее и труднее сдерживать свою раздражительность», «Я срываюсь на детей. Знаю, что это плохо, но нет сил терпеть» и т.д.). Следует отметить, что в ходе исследования не было выявлено педагогов с высоким уровнем редукции профессиональных достижений.

На основании результатов вычислений была составлена сводная таблица, содержащая абсолютные и относительные величины по признакам эмоционального истощения и общей коммуникативной толерантности (смотри таблицу 1).

Таблица 1 – Абсолютные и относительные величины по признакам эмоциональное истощение и общая коммуникативная толерантность

Уровень эмоциональной истощенности	Уровень общей коммуникативной толерантности		Итого
	<i>средний</i>	<i>высокий</i>	
Низкий	3,000	13,000	16,000
%	6,25%	27,08%	33,33%
средний	5,000	11,000	16,000
%	10,42%	22,92%	33,33%
высокий	11,000	5,000	16,000
%	22,92%	10,42%	33,33%
Всего	19,000	29,000	48,000
%	39,58%	60,42%	

Как видно из результатов данной таблицы, при низком уровне эмоционального истощения высокий уровень общей коммуникативной толерантности имеют 13 педагогов, что составляет 27 % от общего количества, средний (тенденция к интолерантности) – только 3 (6 %).

При среднем уровне эмоционального истощения количество педагогов с высоким уровнем общей коммуникативной толерантности постепенно снижается и составляет около 12% от общего количества испытуемых, а со средним уровнем коммуникативной толерантности увеличивается и составляет 10 %. При высоком уровне эмоциональной истощённости замеченная тенденция еще более усиливается: количество педагогов со средним уровнем коммуникативной толерантности увеличивается практически в 2 раза в сравнении с предыдущим показателем и составляет 11

человек (30%) от общего количества испытуемых, а с высоким уровнем общей коммуникативной толерантности уменьшается в 2 раза и наблюдается у 5 педагогов, что составляет 10 %.

С целью доказательства гипотезы исследования о наличии взаимосвязи между профессиональным выгоранием и коммуникативной толерантностью у педагогов дошкольных учреждений на статистическом уровне использовался метод ранговой корреляции Спирмена. Результаты ранговой корреляции Спирмена представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты изучения взаимосвязи между изучаемыми переменными

Признаки	N	R (Спирмена)	p-уровень
Эмоциональное истощение – коммуникативная толерантность	48	-0,417407	0,003160

Как видно из данной таблицы, высоко значимая слабая отрицательная взаимосвязь выявлена между уровнем эмоционального истощения и общей коммуникативной толерантностью ( $r \approx -0,42$ ;  $p < 0,005$ ). Таким образом, наблюдается обратная связь между уровнем эмоционального истощения и уровнем общей коммуникативной толерантности: чем выше уровень эмоционального истощения, тем ниже уровень коммуникативной толерантности.

Качественно-количественный анализ результатов эмпирического исследования позволяет сделать следующий вывод: существует взаимосвязь между эмоциональным выгоранием и коммуникативной толерантностью у педагогов учреждений дошкольного образования. Для педагогов с высоким уровнем эмоционального выгорания характерен средний уровень общей коммуникативной толерантности (тенденция к интолерантности), тогда как у педагогов с низким уровнем эмоционального истощения степень терпимости к окружающим высокая. Учитывая результаты качественного и статистического анализа, видится целесообразным разработка рекомендаций для педагогов по профилактике профессионального выгорания и повышению их коммуникативной толерантности. В качестве таковых выступают: повышение психологической культуры воспитателей в области здоровьесбережения, овладение умениями и навыками саморегуляции, развитие коммуникативных компетентности, потребности в профессиональном саморазвитии и самосовершенствовании.

#### Литература

1. Водопьянова, Н.Е., Старченкова, Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2008. – 336с.
2. Солдатова, Г.У. Толерантность: психологическая устойчивость и нравственный императив: практикум по психодиагностике и исследованию

толерантности / Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова. – М.: МГУ им.  
М.В.Ломоносова, 2003. – 120с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ